

**FAKTOR PENDUKUNG DAN FAKTOR PENGHAMBAT
KEPUASAN HIDUP PEREMPUAN *EMERGING ADULTHOOD*
YANG MENGALAMI OBESITAS**

SKRIPSI



OLEH:

Yuviena Hendra Kusuma
NRP : 7103014045

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2018**

**FAKTOR PENDUKUNG DAN FAKTOR PENGHAMBAT
KEPUASAN HIDUP PEREMPUAN *EMERGING ADULTHOOD*
YANG MENGALAMI OBESITAS**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi



OLEH:

Yuviena Hendra Kusuma
NRP : 7103014045

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2018**

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Yuviena Hendra Kusuma

NRP : 7103014045

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:

**“FAKTOR PENDUKUNG DAN FAKTOR PENGHAMBAT
KEPUASAN HIDUP PEREMPUAN *EMERGING
ADULTHOOD* YANG MENGALAMI OBESITAS”**

benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf kepada pihak-pihak yang bersangkutan.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 30 April 2018



Yang menyatakan,

Yuviena Hendra Kusuma

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN

PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Yuviena Hendra Kusuma

NRP : 7103014045

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya:

Judul:

“FAKTOR PENDUKUNG DAN FAKTOR PENGHAMBAT KEPUASAN HIDUP PEREMPUAN *EMERGING ADULTHOOD* YANG MENGALAMI OBESITAS”

Untuk dipublikasikan atau ditampilkan di internet atau media lain
(Digital Library Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan
Undang-undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya
buat dengan sebenarnya.



Surabaya, 30 April 2018
Yang menyatakan,

Yuviena Hendra Kusuma

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

FAKTOR PENDUKUNG DAN FAKTOR PENGHAMBAT KEPUASAN HIDUP PEREMPUAN *EMERGING ADULTHOOD* YANG MENGALAMI OBESITAS

Oleh:

Yuviena Hendra Kusuma
7103014045

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi.

Pembimbing: Eli Prasetyo, M.Psi., Psi.



(_____)

Surabaya, 30 April 2018

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi

pada tanggal 14 Mei 2018

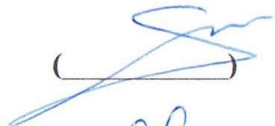


Dewan Penguji:

1. Ketua : M. D. Rama Adhyatma, M. Psi.
2. Sekretaris : J. Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog
3. Anggota : Sylvia Kurniawati Ngonde, M.Si.
4. Anggota : Eli Prasetyo, M.Psi., Psikolog

()

()

()

()

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini saya persembahkan untuk:

Tuhan Yesus yang telah memberi kekuatan sehingga dapat menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi dan dapat menyelesaikan skripsi ini,

Mami dan Papi yang selalu mendukung dalam doa dan segala hal,

Semua sahabat dan teman-teman yang sudah memberikan bantuan dan semangat selama mengerjakan skripsi,

Keluarga besar Fakultas Psikologi UKWMS

HALAMAN MOTTO

“I can do ALL this through HIM who gives me strength”

-Philippians 4:13-

“Do not dream about your success. You have to work for it”

-unknown-

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yesus atas kekuatan yang diberikan sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Faktor pendukung dan faktor penghambat kepuasan hidup perempuan *emerging adulthood* yang mengalami obesitas”. Peneliti juga ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terkait sehingga penelitian ini dapat terselesaikan. Untuk itu, dalam kesempatan kali ini, peneliti ingin memberikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. **Papi dan Mami, Koko** yang selalu memberikan semangat dan yang selalu mengingatkan untuk segera menyelesaikan penelitian ini. Terima kasih juga atas semua dukungan serta doa dari papi dan mami.
2. **Ibu Eli Prasetyo, M.Psi., Psikolog**, selaku dosen pembimbing yang telah membimbing dari awal penelitian hingga selesai. Terima kasih atas waktu yang diberikan ditengah-tengah kesibukan, terima kasih atas pendapat, saran, dan solusi serta pengetahuan baru yang diberikan. Terima kasih juga atas tenaga dan semangat yang diberikan.
3. **Ibu Florentina Yuni Apsari, M.Si., Psikolog**, selaku dekan fakultas Psikologi, yang telah memberikan ijin sehingga penelitian ini dapat dilakukan. Selain itu, terima kasih atas segala kesempatan yang diberikan bagi peneliti untuk dapat berproses di fakultas Psikologi.
4. **Ibu Elisabet Widyaning Hapsari, M.Psi., Psi.**, selaku pembimbing akademik selama peneliti berproses di fakultas Psikologi UKWMS. Terima kasih atas semangat dan bimbingan yang diberikan selama peneliti ada di fakultas ini.
5. **Bapak M. D. Rama Adhyatma, M. Psi.**, selaku dosen penguji yang bersedia memberikan saran-saran perbaikan untuk menyempurnakan penelitian ini. Selain itu, terima kasih atas semangat dan keceriaan yang diberikan.
6. **Ibu Sylvia Kurniawati Ngonde, M.Si.**, selaku dosen penguji yang bersedia memberikan saran-saran perbaikan untuk menyempurnakan

penelitian ini. Terima kasih juga atas semangat dan bimbingan yang diberikan.

7. **Bapak J. Dicky Susilo, M.Psi., Psi.,** selaku dosen penguji yang bersedia memberikan saran perbaikan terutama terkait tata tulis ilmiah untuk menyempurnakan penelitian ini. Terima kasih atas bimbingan yang diberikan.
8. **Ibu Eva, Ibu Lilis, dan Pak Anang,** yang telah bersedia membantu peneliti melengkapi administrasi yang dibutuhkan sebagai syarat kelengkapan penelitian. Terima kasih atas segala jasa yang diberikan dan terima kasih atas semangat dan keceriaan yang diberikan selama ini. Terima kasih juga karena selalu mengingatkan peneliti untuk segera menyelesaikan penelitian ini.
9. **Ketiga informan penelitian,** yang telah bersedia menjadi informan dalam penelitian ini. Tanpa kalian, penelitian ini tidak akan berjalan. Terima kasih atas waktu, keterbukaan, serta partisipasi yang diberikan.
10. **Yenny Fabiola,** yang terus mengingatkan peneliti untuk segera menyelesaikan penelitian ini. Terima kasih untuk semangat yang diberikan sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini.
11. **Samuel Arthon A. Imanudin,** yang hadir di detik-detik terakhir pengerjaan penelitian ini. Terimakasih karena selalu mengingatkan untuk segera menyelesaikan penelitian ini. Terima kasih juga karena selalu memberikan semangat dan dukungan doa kepada peneliti hingga penelitian ini selesai.
12. **Ega, Helena, Angel, Kaye, Sarah, Yosafat,** yang selalu mendukung peneliti selama berproses di fakultas Psikologi. Terima kasih karena telah mewarnai hari-hari peneliti selama kurang lebih 4 tahun berproses di fakultas Psikologi. Terima kasih untuk segala bentuk bantuan dan keceriaan yang diberikan selama peneliti berproses menyelesaikan penelitian ini.

13. **Teman-teman Pusat Layanan Psikologi (Bu Eli, Bu Eny, Bu Maria, Pak Happy, Pak Lo, Pak Wid, Pak Met, Audrey, Andy, Angel, Ela, Putri, Jo, Marbol)**, yang selalu mendukung dan memberikan keceriaan di tengah pengerjaan penelitian ini. Terima kasih atas segala bantuan dan semangat yang diberikan.
14. **Teman-teman Fakultas Psikologi angkatan 2014-2016**, yang selalu mendukung dengan memberikan semangat dan mengingatkan untuk segera menyelesaikan penelitian ini. Terima kasih atas dukungan yang diberikan.

Surabaya, 14 Mei 2018

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul	i
Surat Pernyataan	ii
Lembar Persetujuan Pernyataan Publikasi Karya Ilmiah	iii
Halaman Persetujuan	iv
Halaman Pengesahan	v
Halaman Persembahan.....	vi
Halaman Motto	vii
Ungkapan Terima Kasih	viii
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel.....	xv
Daftar Bagan.....	xvi
Daftar Lampiran	xvii
Abstraksi	xviii
<i>Abstract</i>	xix
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Fokus Penelitian	10
1.3. Tujuan Penelitian.....	10

1.4. Manfaat Penelitian.....	10
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	10
1.4.2. Manfaat Praktis	10
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1. Obesitas pada Perempuan <i>Emerging Adulthood</i>	12
2.2. Kepuasan Hidup	15
2.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Hidup	
Perempuan <i>Emerging Adulthood</i> yang Mengalami Obesitas ..	18
BAB III. METODE PENELITIAN	23
3.1. Pendekatan Dalam Penelitian	23
3.2. Informan Penelitian	24
3.2.1. Karakteristik Informan Penelitian	24
3.2.2. Cara Mendapatkan Informan Penelitian.....	24
3.3. Metode Pengumpulan Data	24
3.4. Teknik Analisis Data	26
3.5. Validitas Penelitian.....	27
3.6. Etika Penelitian.....	28
BAB IV. PELAKSANAAN & HASIL PENELITIAN.....	29
4.1 Persiapan Pengambilan Data	29
4.1.1 Persiapan Penelitian	29
4.1.2 Perizinan Penelitian.....	29

4.2 Proses Pengambilan Data	29
4.2.1 Informan D.....	29
4.2.1.1 Pertemuan I.....	29
4.2.1.2 Pertemuan II.....	29
4.2.1.3 Pertemuan III	31
4.2.2 Informan S	31
4.2.2.1 Pertemuan I.....	32
4.2.2.2 Pertemuan II.....	32
4.2.3 Informan J	33
4.2.3.1 Pertemuan I	33
4.2.3.2 Pertemuan II.....	33
4.2.3.3 Pertemuan III	33
4.3 Hasil Penelitian.....	34
4.3.1 Pengolahan Data Informan D.....	34
4.3.1.1 Anamnesa Informan D.....	34
4.3.1.2 Deskripsi Tema Informan D	45
4.3.2 Pengolahan Data Informan S	80
4.3.2.1 Anamnesa Informan S	80
4.3.2.2 Deskripsi Tema Informan S	91
4.3.3 Pengolahan Data Informan J	118
4.3.3.1 Anamnesa Informan J	118

4.3.3.2 Deskripsi Tema Informan J.....	130
4.4 Pengolahan Hasil Penelitian	169
4.4.1 Persamaan Ketiga Informan Penelitian	169
4.4.2 Perbedaan Ketiga Informan Penelitian.....	170
4.5 Validitas Penelitian.....	177
BAB V. PENUTUP	178
5.1 Bahasan	178
5.2 Refleksi.....	188
5.3 Keterbatasan Penelitian	189
5.4 Simpulan.....	189
5.5 Saran.....	189
DAFTAR PUSTAKA	191
LAMPIRAN	197

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Klasifikasi Kategori BMI.....	3
Tabel 4.1 Jadwal Wawancara Informan D.....	30
Tabel 4.2 Jadwal Wawancara Informan S	31
Tabel 4.3 Jadwal Wawancara Informan J	33
Tabel 4.4 Tabel Kategorisasi Informan D.....	36
Tabel 4.5 Tabel Kategorisasi Informan S	81
Tabel 4.6 Tabel Kategorisasi Informan J.....	119
Tabel 4.7 Tabel Persamaan Informan	169
Tabel 4.8 Tabel Perbedaan Informan.....	170

DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan 4.1. Bagan informan D	173
Bagan 4.2. Bagan informan S	174
Bagan 4.3. Bagan informan J	175
Bagan 4.4. Bagan Ketiga Informan.....	176

DAFTAR LAMPIRAN

Informasi Penelitian.....

Informed Consent Informan D.....

Informed Consent Informan S.....

Informed Consent Informan J

Surat Keabsahan Hasil Wawancara Informan D.....

Surat Keabsahan Hasil Wawancara Informan S

Surat Keabsahan Hasil Wawancara Informan J

Yuviena Hendra Kusuma. (2018). “Faktor Pendukung dan Faktor Penghambat Kepuasan Hidup Perempuan *Emerging Adulthood* yang Mengalami Obesitas”. **Skripsi Sarjana Strata 1.** Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAKSI

Kepuasan hidup merupakan salah satu tolak ukur untuk menentukan kebahagiaan seseorang. Semakin seseorang puas dengan hidupnya, maka semakin bahagia seseorang. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup. Faktor tersebut dapat berasal dari dalam diri maupun dari luar diri. Bagi seorang perempuan yang ada pada masa transisi dari masa remaja ke dewasa yang mengalami obesitas erat kaitannya dengan kepuasan hidup. Perubahan-perubahan yang dialami pada masa tersebut dengan diikuti kondisi tubuh yang obesitas tentunya menghadirkan tantangan-tantangan tersendiri bagi mereka. Perubahan-perubahan tersebut melibatkan proses kognitif. Kepuasan hidup sebagai aspek kognitif dari *subjective well-being*, menjadi salah satu hal dalam hidup yang penting untuk diperhatikan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Informan penelitian ini adalah tiga orang perempuan dengan rentang usia 18-25 tahun yang mengalami obesitas. Pemilihan informan menggunakan metode *purposive sampling* dan informan penelitian diperoleh melalui *snowball sampling*. Selain itu, penelitian ini menggunakan teknik analisis data *inductive thematic analysis*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup perempuan *emerging adulthood* yang mengalami obesitas dibagi menjadi 2, antara lain faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi kepuasan hidup perempuan *emerging adulthood* yang mengalami obesitas antara lain nilai hidup, pengalaman hidup, kontrol diri, sikap menghadapi kejadian dalam hidup, religiusitas, dan kepribadian; sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi kepuasan hidup perempuan *emerging adulthood* yang mengalami obesitas antara lain hubungan dengan orang lain, dukungan sosial, pandangan orang lain, pengalaman tidak menyenangkan, serta adanya tuntutan dari keluarga.

Kata kunci:

Kepuasan Hidup, Obesitas, Perempuan *Emerging Adulthood*

Yuviena Hendra Kusuma. (2018). “Supporting and Obstructing Factors of Life Satisfaction on Emerging Adult Women Who are Obese”. **Bachelor Thesis.** Faculty of Psychology, Widya Mandala Catholic University Surabaya.

ABSTRACT

Life satisfaction is one of the predictor to determine one's happiness. The more a person satisfied with life, the happier they are. Many factors can affect life satisfaction. These factors can be from within or from the outside of self. For emerging adult women that in a transition period of being adult can be related to life satisfaction. The changes that occurred during that period and also the obese condition bring out challenges for them. The cognitive process also changes. Life satisfaction as a cognitive aspect of subjective well-being can be seen as one important thing in life. This study uses qualitative method and also using phenomenology approach. The informant of this study were three women with the ages range 18-25 years old who are obese. The informant are selected by using purposive sampling method and through snowball sampling. In addition, this study used inductive thematic analysis as the data analysis technique. The result shows that the factors that affect life satisfaction of emerging adult women who are obese consist internal factors and external factors. The internal factors are value of life, life experiences, self-control, the attitude when facing events in life, religiosity, and personality; whereas the external factors that affect life satisfaction of emerging adult women who are obese are relationship with others, social support, unpleasant experiences, and also the indictment from family.

Keywords:

Life Satisfaction, Obesity, Emerging Adulthood Women